MA LISTE DE MÉDICAMENTS

Souvenez-vous d'inclure tous vos médicaments, pas seulement ceux sous prescription.

NOM	
ALLERGIES	

NOM DU MÉDICAMENT	DOSE ET INSTRUCTIONS	RAISON	PRESCRIT PAR	DATE DÉBUT	DATE FIN

DATE DE MISE À JOUR	NOM DU PROFESSIONNEL RESPONSABLE

cpsi icsp
Canadian Patient Safety Institute
Institut canadien pour la sécurité des patients

ismp CANADA

Faites savoir à vos parents, amis et professionnels des soins où se trouve cette liste de médicaments.

Pour plus de renseignements :

L'information est la meilleure prescription
www.linformationestlameilleureprescription.org

Des médicaments sécuritaires pour les aînés :
Un guide destiné aux aidants
www.pharmacists.ca/caregivers

Médicaments sécuritaires
www.medicamentssecuritaires.ca
(Pour déclarer et aider à prévenir les incidents médicamenteux)

- CONNAÎTRE
- DRESSER VOTRE LISTE
- METTRE À JOUR

La sécurité médicamenteuse…Nous y jouons tous un rôle

Ces renseignements sont adaptés, avec leur permission, de ceux fournis par l'Institut pour l'utilisation sécuritaire des médicaments du Canada (ISMP Canada) et des documents de L'information est la meilleure prescription.

Renseignements sur votre fournisseur de services :

VOS MÉDICAMENTS... EN TOUTE SÛRETÉ

- CONNAÎTRE
- DRESSER VOTRE LISTE
- METTRE À JOUR

cpsi icsp
Canadian Patient Safety Institute
Institut canadien pour la sécurité des patients

Canadian Home Care Association
canadienne de soins et services à domicile

Les médicaments contribuent à votre santé, mais seulement lorsque vous les prenez correctement. Ce petit document vous apprendra à vous en servir de manière sécuritaire en trois importantes étapes.

ÉTAPE 1 :
CONNAÎTRE VOS MÉDICAMENTS

Les médicaments ne se limitent pas aux comprimés ou aux capsules qu'on vous prescrit. Ils comportent notamment :

- Les médicaments sous ordonnance, dont les comprimés, les sirops, les injections or les inhalateurs, gouttes pour les oreilles, le nez ou les yeux et les timbres, crèmes, onguents et suppositoires médicamenteux
- Les médicaments en vente libre, comme les médicaments contre les allergies, la toux et le rhume, les laxatifs, les analgésiques et les médicaments antiacides
- Les vitamines, les minéraux, les suppléments, les plantes, les médicaments homéopathiques et les médicaments traditionnels
- Les échantillons de médicaments

Vous devriez connaître les éléments suivants sur tous les médicaments que vous prenez :

QUOI? - Ce que vous prenez (le nom du médicament) et en quelle quantité

POURQUOI? - La raison pour les prendre (la maladie dont vous souffrez)

QUAND? - Le moment où vous devriez les prendre (le matin, le soir, combien de fois par jour)? Combien de temps êtes-vous censé les prendre?

COMMENT?

- Faut-il les prendre avec de la nourriture?
- Se combinent-ils en toute sécurité avec les autres médicaments que vous prenez (y compris ceux en vente libre)?
- Y a-t-il des aliments ou des boissons (comme les pamplemousses, le lait, l'alcool) à éviter avec ces médicaments?
- Pouvez-vous conduire ou utiliser de la machinerie en toute sécurité après les avoir pris?

ÉTAPE 2 :
DRESSER VOTRE LISTE DE MÉDICAMENTS

Il est important de conserver une liste de médicaments décrivant tous les médicaments que vous prenez. Gardez cette liste dans un endroit bien en vue, près de vos médicaments.

Pour dresser votre liste, rassemblez tous vos médicaments, en vous assurant de réunir tous ceux décrits à l'étape 1 et remplissez le formulaire que contient cette brochure.

ÉTAPE 3 :
RÉVISER ET METTRE RÉGULIÈREMENT À JOUR LA LISTE DE MÉDICAMENTS

Apportez votre liste chaque fois que vous consultez un professionnel de la santé (comme un médecin, une infirmière ou une infirmière praticienne). Avant de le quitter, assurez-vous de pouvoir répondre « oui » à chacune des questions suivantes :

- Ai-je parlé de tous mes médicaments?
- Est-ce que je sais comment et quand les prendre?
- Est-ce que je sais pourquoi et pendant combien de temps je dois les prendre?
- Ma liste de médicaments est-elle à jour?
- Est-ce que je sais où obtenir de l'aide si j'ai des questions ou des soucis concernant mes médicaments?

Assurez-vous de vous adresser à votre professionnel de la santé si :

- Votre état de santé a récemment changé
- Vous ne comprenez pas les étiquettes ou le mode d'emploi de vos médicaments
- Vous oubliez de prendre vos médicaments
- Vous prenez beaucoup de médicaments – y compris ceux en vente libre – qui peuvent avoir une influence les uns sur les autres
- Vous êtes récemment allé à l'hôpital ou dans une clinique sans rendez-vous